

# ほっと一息通信

ほっと一息つくお茶のように、お茶に関する豆知識、お得な情報をゆる〜くお伝えします。



2020  
創刊号

NO.1

よろしければ、  
皆様でお読みください。

## ■ お茶はインフルエンザをやっける！

お茶でうがいを毎日行くと、インフルエンザウイルスに感染しにくくなります。お茶の濃度は、普通に飲んでいるよりも何倍にもうすめ、ぬるま湯で、顔を上に向けて喉の奥までガラガラとよくうがいをする事が大切です。

お茶どころ静岡県のある小学校で、お茶のうがいを、一日二回、全校児童に行わせたところ、インフルエンザの流行の際周辺の学校で学校閉鎖や学級閉鎖が相次いだ時も、その学校だけは閉鎖せずにすんだという実例があります。

お茶によるうがいは、インフルエンザの感染予防のほかに、患った人に対しても抑制作用があります。緑茶に含まれているエピガロカテキンガレート（EGCG）がこのような細菌を殺す力があるといわれています。



## ■ 新型肺炎(新型コロナウイルスCOVID-19)にお茶のうがい？

TV朝日系毎週日曜日あさ5:50～

サンデー  
LIVE!!



2020/2月2日放送「緊急特集!  
新型肺炎 今知っておきたいコト」

Q. 風邪やインフルエンザ対策でお茶などのカテキン効果がいいと聞きますが新型コロナウイルスにも、お茶は有効でしょうか？

A. カテキンの効果は不明だが、のどを湿らすことには効果がある。証明されているわけではないが、私はいいと思います。



・・・関西福祉大学/勝田吉彰教授(放送では入りきらなかった疑問にお答えします。)から  
<https://www.tv-asahi.co.jp/sundaylive/information/0001/>



静岡深蒸茶匠  
香撰堂本舗

ワンランク上の味わいを食卓に  
HPアドレス [www.ksdh.co.jp](http://www.ksdh.co.jp)  
フリーダイヤル 0120-160-134  
F A X 045-390-0653

当FAX「ほっと一息通信」は、全てのお客様に定期的に配信しています。ご迷惑お掛けしている場合はお申付ください。